



26. Rennsteig Herbstlauf

Masserberg / 02.10.2016

0000

Fritzschner, Helge

00: Lauffreß Breitungen

00: 200

00: 20.00 km

20km Strecke

0000:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

000: 1:45:07

00: 11.42 km/h

0000: 5:16 min/km

00000/000: 210 (of 552)

00000/0: 190 (of 405)

000000: 1:13:54

00000: 34(of 76)

0000000: 1:22:39

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	min/km	-	-	0	0	km	00	min/km	-	-	0	0
10 km	10.00	53:17	5:19	31	10:49	188	14:43	10.00	53:17	5:19	31	10:49	188	14:43
00	10.00	51:50	5:11	35	11:58	202	16:30	20.00	1:45:07	5:15	34	22:28	190	31:13